

# 土支田デイサービスセンター 11月献立表

	月	火	水	木	金 1	土 2
昼食		都合により献立を変更する場合がございます。予めご了承下さい。				
3時					ご飯 清汁 鯖の味噌煮 野菜炒め 春菊の白和え フルーツ 豆乳くずもち エネルギー 563kcal	ご飯 味噌汁 太刀魚の塩焼き 大根の肉みそかけ 白菜の柚子浸し フルーツ りんごゼリー エネルギー 531kcal
4	5	6	7	8	9	
昼食	ご飯 清汁 サーモンフライ 里芋そぼろあんかけ ほうれん草の磯和え 漬物	チキンカレー スープ スパゲティサラダ 福神漬 フルーツ	ご飯 味噌汁 海老カツ ポークビーンズ カリフラワーの甘酢 漬物	ご飯 清汁 鮭のチャンチャン焼き 竹輪のピリ辛煮 海草サラダ 漬物	いなり寿司 清汁 おでん 味噌ポテト 	ちゃんぽん 春巻き 華風和え フルーツ
3時	紅茶ゼリー エネルギー 504kcal	フルーツ エネルギー 594kcal	カルピスゼリー エネルギー 604kcal	ケーキ エネルギー 573kcal	ケーキ エネルギー 595kcal	ケーキ エネルギー 660kcal
11	12	13	14	15	16	
昼食	チキンカツ丼 味噌汁 たけのこのバター醤油 人参サラダ	ご飯 味噌汁 カレーの酒蒸し 筑前煮 ブロッコリーおかか和え 漬物	ご飯 スープ 鶏団子の中華煮 車麩の煮付け カニ風味サラダ 漬物	ご飯 スープ 豚肉とごぼうの炒め煮 さつま芋の甘煮 春雨サラダ フルーツ	ご飯 スープ 鱈のチーズムニエル いんげんソテー ごぼうサラダ フルーツ	ご飯 スープ 鶏肉のごまだれ焼き 炒り豆腐 さつま芋サラダ 漬物
3時	ミルクかん エネルギー 546kcal	バームクーヘン エネルギー 502kcal	ピーナッツパン エネルギー 556kcal	おしるこ エネルギー 583kcal	黒糖フークレエ エネルギー 564kcal	フルーツゼリー エネルギー 522kcal
18	19	20	21	22	23	
昼食	ご飯 清汁 豚の味噌漬け はんぺんのカレマヨ焼き 小松菜と人参のナムル 漬物	三色丼 清汁 枝豆ポテト フルーツ	さつま芋御飯 味噌汁 鯉の柚子風味焼き 高野豆腐含め煮 インゲンピーナツ和え 漬物	お好み焼き 味噌汁 ほうれん草のごま和え フルーツ	お好み焼き 清汁 ブロッコリー酢味噌和え フルーツ	お好み焼き 味噌汁 小松菜の辛子和え フルーツ
3時	バナナパフェ エネルギー 537kcal	たい焼き エネルギー 527kcal	バウンドケーキ エネルギー 536kcal	いちごゼリー エネルギー 616kcal	ぶどうゼリー エネルギー 605kcal	黒糖かん エネルギー 584kcal
25	26	27	28	29	30	
昼食	ハヤシライス スープ 和風サラダ フルーツ	★蕎麦の日★ 			ご飯 味噌汁 チキンソテー 切干大根とベーコンの炒め煮 マカロニサラダ 漬物	ご飯・ふりかけ 味噌汁 赤魚の煮付け 里芋の含め煮 豆サラダ 漬物
3時	黒糖ふかし エネルギー 505kcal	杏仁豆腐 エネルギー 606kcal	あんみつ エネルギー 608kcal	水ようかん エネルギー 618kcal	プリン エネルギー 527kcal	選択おやつ エネルギー 550kcal